

**材料 4人分**

かぼちゃ(皮をむいて)	400 g
塩	小さじ1/2
バター	20 g
牛乳	350cc
生クリーム	100cc
ホワイトソース(市販)	50 g

調理時間 25分**作り方**

1. かぼちゃは種を取り除き小さく切ってから皮をむきます。
鍋にかぼちゃと水を入れて、やわらかくなるまで煮ます。
2. 鍋のお湯を捨てて、すりこぎなどでかぼちゃをつぶします。
塩、バター、牛乳、生クリーム、ホワイトソースを加えて火にかけて5分ほど煮込みます。

**アドバイス**

- ◎簡単な一品ですが、市販のホワイトソースを使うことで本格的な味に仕上がります。
- ◎残ったホワイトソースは50gずつ計って冷凍しておく次回もっと時短で作ることができます。

